

BAB V

KESIMPULAN, KELEMAHAN PENELITIAN DAN SARAN

A. KESIMPULAN

1. Terdapat hubungan yang kuat dan positif antara tingkat ketergantungan *Activities of Daily Living* (ADL) dengan tingkat depresi.
2. Tidak terdapat hubungan antara tingkat ketergantungan *Activities of Daily Living* (ADL) dengan kualitas tidur.
3. Terdapat hubungan sedang antara tingkat depresi dengan kualitas tidur.

B. KELEMAHAN PENELITIAN

Pada penelitian ini terdapat beberapa kelemahan, salah satu kelemahannya merupakan faktor responden penelitian yang tidak bisa dikendalikan oleh peneliti yaitu:

1. Mayoritas usia responden adalah lansia. Diketahui bahwa pada lansia banyak ditemukan adanya gangguan tidur yang dapat menyebabkan penurunan kualitas tidur. Oleh sebab itu pada penelitian ini tidak dapat dipastikan apakah penurunan kualitas tidur yang terjadi murni disebabkan oleh faktor ketergantungan *activities of daily living* dan depresi atau karena faktor usia tua (lansia).
2. Diagnosis stroke pada penelitian ini tidak menggunakan *gold standard* untuk mendiagnosis stroke, yaitu CT Scan atau MRI. Pada penelitian ini, diagnosis stroke hanya berdasarkan keterangan status kesehatan responden sebagai anggota yang pernah mengalami

stroke. Dengan demikian, salah satu kelemahan dari penelitian ini adalah diagnosis stroke hanya berdasarkan ingatan pasien dan tidak didasari oleh pemeriksaan CT Scan dan MRI.

3. Dengan tidak menggunakan CT Scan atau MRI, maka lesi otak pada responden penelitian tidak diketahui secara pasti. Depresi yang terjadi pada pasien pasca stroke dapat disebabkan oleh letak lesi pada otak (frontal dan anterior sinistra), oleh sebab itu hubungan depresi dengan lesi otak khususnya letak lesi pada lobus frontal atau anterior sinistra belum dapat diketahui.

C. SARAN

1. Tingkat ADL berhubungan dengan adanya depresi dan depresi dapat menyebabkan penurunan kualitas tidur. Peneliti menyarankan, apapun tingkat ketergantungan *activities of daily living* yang dimiliki oleh pasien pasca stroke jangan sampai menyebabkan rasa depresi. Dengan menghindari depresi, kualitas tidur akan lebih baik.
2. Penelitian ini hanya menggunakan data 28 responden. Diharapkan peneliti lain yang tertarik untuk meneliti dengan judul serupa dapat memperbanyak jumlah responden agar didapatkan hasil yang lebih memuaskan.
3. Penelitian ini hanya mengambil data responden dan tidak melakukan intervensi. Diharapkan pada penelitian selanjutnya, jika diketahui tingkat ketergantungan ADL cukup tinggi, tingkat depresi cukup tinggi dan mengakibatkan kualitas tidur yang buruk, dapat dilakukan intervensi agar pasien pasca stroke memiliki kualitas tidur yang baik.